

بررسی رابطه بین باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان
مراجعه کننده به مراکز بهداشت شهرستان ورامین

*The Relationship between Relationship Beliefs and Alexithymia with Couple Burnout
Women referred to health centers of Varamin city*

Mojtaba Sedaghati Fard (corresponding author)
Dept. of Social Sciences, Garmsar Branch, Islamic Azad
University, Garmsar, Iran
Maryam Ebrahimi
M.A. of Clinical Psychology, Garmsar Branch, Islamic
Azad University, Garmsar, Iran

دکتر مجتبی صدافتی فرد (نویسنده مسئول مکاتبات)
گروه علوم اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرمسار، گرمسار، ایران
مریم ابراهیمی
دانش آموخته دوره کارشناسی ارشد رشته روان شناسی بالینی دانشگاه آزاد
اسلامی واحد گرمسار، گرمسار، ایران

Abstract

Purpose: Previous investigations have indicated that there is a relationship between Relationship Beliefs and Couple Burnout, but there isn't enough study about relationship between alexithymia with couple burnout. So, this study aimed to examine the Relationship between Relationship Beliefs and Alexithymia with Couple Burnout Women referred to health centers in Varamin in 2016 (1395s.c).
Method: The present study was a descriptive correlational study. The sample consists of 85 women referred to health center in Varamin who were selected by available sampling. All participants were asked to complete the Couple Brownout Measurements, Relationship Beliefs Inventory (RBI) and Toronto alexithymia scale (TAS-20). Analysis of the data involved both descriptive and inferential statistics including frequency, means, standard deviations, Pearson's correlation coefficient, and multiple regressions.
Findings: The analysis of the data showed that subscales of relationship beliefs scale including: "disagreement is destructive", "partner cannot change" and "the sexes are different" has a significant positive relationship with couple burnout. Also, results revealed that alexithymia, subscales of Difficulty in identifying feelings and Difficulty describing feelings has a significant positive relationship with couple burnout. The results of multiple regression showed that alexithymia, Objective cognitive style, subscales of partner cannot change and disagreement is destructive were respectively significant predictors of couple burnout.
Conclusion: Basis on the results of the present study, it can be concluded that couple burnout is influenced by relationship beliefs and alexithymia.

Keywords: Couple Burnout, Relationship Beliefs, Alexithymia, Women referred to health centers.

چکیده

هدف: بررسی رابطه بین باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشت در سال ۱۳۹۵ بوده است. روش: پژوهش حاضر از نوع توصیفی - همبستگی بود. نمونه شامل ۸۵ نفر از زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشتی - درمانی شهرستان ورامین بودند که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. به منظور جمع آوری داده‌ها، از شرکت کنندگان خواسته شد مقیاس دلزدگی زناشویی پاینز (CBM)، مقیاس باورهای ارتباطی (RBI) و پرسشنامه ناگویی خلقی تورنتو (TAS-20) را تکمیل کنند. داده‌های پژوهش با استفاده از روش‌ها و شاخص‌های آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره مورد بررسی قرار گرفتند. یافته‌ها: نشان داد که خرده مقیاس‌های باورهای مخرب بودن مخالفت، معیار، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره مورد بررسی قرار عدم تغییر پذیری همسر و تفاوت‌های جنسیتی از خرده مقیاس‌های باورهای ارتباطی با دلزدگی زناشویی رابطه مثبت معنادار دارد. همچنین نتایج نشان داد نمره کلی ناگویی خلقی و خرده مقیاس‌های مشکل در شناسایی احساسات و مشکل در توصیف احساسات با دلزدگی زناشویی رابطه دارد. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای ناگویی خلقی، تفکر برون مدار، باور به عدم تغییر پذیری همسر و باور مخرب بودن مخالفت به ترتیب پیش‌بینی کننده‌های معنادار دلزدگی زناشویی هستند. نتیجه گیری: براساس یافته‌های این پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت که باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی دلزدگی زناشویی را تحت تأثیر قرار می‌دهند.

واژه‌های کلیدی: باورهای ارتباطی، ناگویی خلقی، دلزدگی زناشویی، زنان.

مقدمه

خانواده را موسسه یا نهاد اجتماعی معرفی کرده‌اند که ناشی از پیوند زناشویی زن و مرد است. از جمله مظاهر زندگی اجتماعی انسان وجود تعامل سالم و سازنده میان انسانها و برقرار بودن عشق به هم نوع و ابراز صمیمیت و همدلی به یکدیگر است. خانواده محل ارضای نیازهای مختلف جسمانی، عقلانی و عاطفی است و داشتن آگاهی از نیازهای زیستی و روانی و شناخت چگونگی ارضای آنها و تجهیز شدن به تکنیک‌های شناخت تمایلات زیستی و روانی ضرورتی انکارناپذیر است. رضایت از زندگی زناشویی به منزله رضایت وی از خانواده محسوب می‌شود و رضایت از خانواده به مفهوم رضایت از زندگی بوده و در نتیجه موجب تسهیل در امر رشد و تعالی و پیشرفت‌های مادی و معنوی جامعه خواهد بود (عدالتی و رودزهن^۲، ۲۰۱۰). ازدواج موفق باعث ارضای بسیاری از نیازهای جسمانی و روانی افراد می‌شود در صورت شکست، زن و شوهر به ویژه فرزندان آنها با ضربه روانی شدید مواجه می‌شوند. یکی از جوانب بسیار مهم یک نظام زناشویی رضایتی است که همسران تجربه می‌کنند (تانیگوچی^۳ و همکاران، ۲۰۰۶).

هر فردی ابتدا و در شکل طبیعی‌اش رابطه زناشویی خود را با عشق و علاقه شروع می‌کند و حدس و گمان‌های اولیه او نیز در راستای حفظ و تداوم این رابطه است. اما گاهی پس از مدتی ممکن است زن یا شوهر یا هر دوی آنها نسبت به عمق و شکل رابطه‌شان دچار تردید شوند و چون بین توقعات خود از زندگی و واقعیت‌های موجود در زندگی زناشویی‌شان هماهنگی لازم را نمی‌بینند، دچار سرخوردگی و دلزدگی شوند (خواصی، ۱۳۹۲ به نقل از ساداتی و همکاران، ۱۳۹۳). در واقع زوجها درمی‌یابند که رفتار همسرشان آن چیزی نیست که انتظارش را داشته‌اند و پس از به وجود آمدن این احساس سرخوردگی، همسرشان را در قبال و بعد از ازدواج مقایسه می‌کنند (کایزر، ۱۹۹۳، به نقل از ساداتی و همکاران، ۱۳۹۳)، و در پی آن، احساسات منفی، حالت غالب به خود می‌گیرد و به از دست دادن شور و شوق اولیه، وابستگی عاطفی، تعهد و نهایتاً بروز دلزدگی^۴ منجر می‌شود (پوکورسکا، فارل، ایوان شیتزکی و پیلا، ۲۰۱۳) به زعم کایزر (۱۹۹۳، به نقل از ساداتی و همکاران، ۱۳۹۳)، دلزدگی فقدان تدریجی دلبستگی عاطفی^۵ است که شامل کاهش توجه به همسر، بیگانگی عاطفی^۶ و افزایش احساس دلسردی و بی تفاوتی نسبت به همسر است و شامل سه مرحله می‌شود: ۱) سرخوردگی و ناامیدی^۷؛ ویژگی بارز این مرحله سرخوردگی از روابط زناشویی است. در این مرحله، فرد دلزده سرخوردگی نسبت به همسرش را در سکوت کامل، نشخوار فکری^۸ می‌کند. در واقع در طول این مرحله زوجها از یکدیگر فاصله می‌گیرند و افکار طلاق و جدایی و یا بودن با یک شریک زندگی بهتر، افزایش می‌یابد (مازارانتانی، ۲۰۱۱). مابین ناامیدی و دلزدگی، خشم و تنفر^۹ روشن‌ترین احساس در این مرحله، احساس تنفر است که به نظر می‌رسد ناشی از عود رفتارهای منفی و آسیب رسان زن و شوهر باشد. چرا که چشم پوشی از خطاهای همسر، که در مرحله اول کار آسانی بود، در این مرحله به سختی ممکن می‌شود. ۳) دلسردی و بی تفاوتی^{۱۰}: فاصله‌گیری عاطفی و جسمی، مشخصه آخرین مرحله از فرایند دلزدگی است. برخلاف مرحله قبل، خشم و نفرت تا حدی کاهش می‌یابد و سردی عاطفی به طور معنادار افزایش پیدا می‌کند. همچنین رفتارهای ترمیمی مراحل قبل به علت مقصر دانستن همسر در ایجاد مشکلات، در این مرحله صورت نمی‌پذیرد. دلزدگی، وضعیت ناراحت‌کننده‌ای است که از عدم تناسب میان توقعات و واقعیات ناشی می‌شود و میزان آن به میزان سازگاری زوجها و باورهایشان بستگی دارد. دلزدگی می‌تواند دارای ابعاد

² Redzuan

³ Taniguchi

⁴ disaffection

⁵ emotional attachment

⁶ emotional estrangement

⁷ disillusion and disappointment

⁸ rumination

⁹ anger and hurt

¹⁰ apathy and indifference

مختلف باشد و با از پا افتادن جسمی، عاطفی و روانی همراه شود (پینس^{۱۱}، ۲۰۰۴، مارکو ویتس^{۱۲}، ۲۰۰۹). همچنین پس از دلزدگی، در روابط زوج‌ها و پرزندگی‌شان، بی‌اعتمادی، تحقیر، سرزنش، بی‌توجهی به هم دیگر و جدایی عاطفی حاکم می‌شود و در این شرایط اعضای خانواده، نشانه‌های افسردگی و اکنشی را تجربه می‌کنند (پینس، ۲۰۰۹، تاپلاس^{۱۳}، ۲۰۰۹، پتری^{۱۴}، ۲۰۰۱). اما زوجینی که بتوانند تعارض‌های موجود در رابطه‌شان را با به کارگیری روش‌های مثبت و استفاده کمتر از تعاملات منفی مدیریت کنند، فضایی ایجاد خواهند کرد که در آن فرصت بیشتری برای خود افشایی و توافق در مورد مشکلات خانواده وجود خواهد داشت (جو هانسون^{۱۵}، ۲۰۰۳).

یکی از متغیرهایی که می‌تواند بر روی روابط زناشویی تأثیر گذار باشد، ناگویی خلقی می‌باشد. توانمندی هیجانی، روبرو شدن افراد با چالش‌های زندگی را آسان‌تر کرده و سطح سلامت روانی آن‌ها را بهبود می‌بخشد. افرادی که دارای توانمندی هیجانی بالا هستند احساس‌های خود را تشخیص می‌دهند، مفاهیم ضمنی آن را درک می‌کنند و به گونه مؤثرتری حالات هیجانی خود را برای دیگران توصیف می‌کنند. این افراد در مقایسه با افرادی که توانایی درک و بیان حالت‌های هیجانی را ندارند، در کنار آمدن با تجربه‌های منفی از موفقیت بیشتری برخوردارند و سازگاری مناسب‌تری را در ارتباط با محیط و دیگران نشان می‌دهند (منصوری و همکاران، ۱۳۹۳). ناگویی خلقی^{۱۶} برای اولین بار در سال ۱۹۷۳ مطرح و عبارت از ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجانات است (حشمتی و همکاران، ۲۰۱۰). این متغیر روانشناختی متشکل از دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و جهت‌گیری فکری بیرونی است. این مشخصه‌ها که سازه ناتوانی هیجانی را تشکیل می‌دهند، بیانگر نقایصی در پردازش شناختی و تنظیم هیجانات می‌باشند (لومینتا^{۱۷}، ۲۰۰۶)، بخصوص در شرایطی که انجام یک تکلیف چندان آسان نیست (اسکاپاز^{۱۸}، ۲۰۱۴). ناگویی خلقی را سازه‌ای روانشناختی در نظر می‌گیرند که آن را می‌توان به دو بعد شناختی و خلقی تقسیم کرد. بعد شناختی آن با مشکلاتی در تشخیص، ابراز کلامی و تحلیل احساسات مشخص می‌شود و بعد خلقی آن کاهش سطوح تجارب و تصویرسازی ذهنی از هیجانات را شامل می‌شود (وان در ولد^{۱۹}، ۲۰۱۴). افرادی که به ناتوانی هیجانی مبتلا می‌شوند، قادر به تشخیص و تمیز دادن هیجان‌های خود نیستند و نمی‌توانند افکار و احساسات خود را درک و توصیف کنند و در آگاهی هیجانی، ارتباط با دیگران و بینش نسبت به احساسات خود نقایصی را نشان می‌دهند (لی^{۲۰} و همکاران، ۲۰۱۰، ریساردی^{۲۱}، ۲۰۱۵). افراد مبتلا به ناگویی خلقی، تهییج‌های بدنی بهنجار را بزرگ می‌کنند و نشانه‌های بدنی انگیزندگی هیجانی را بد تفسیر می‌کنند. اعتقاد بر این است که ناتوانی هیجانی، عامل خطر ساز برای بسیاری از اختلالات روانپزشکی است، زیرا افراد مبتلا به این عارضه بسیار تحت فشار همبسته‌های جسمانی - هیجانی هستند که به کلام در نمی‌آیند. این نارسایی مانع تنظیم هیجانات شده، سازگاری موفقیت آمیز را دشوار می‌سازد. افراد مبتلا به ناگویی خلقی برای بیان احساساتشان دست به فعالیت‌های غیر کلامی مخربی می‌زنند. رفتارهایی نظیر پاره کردن، تخریب و شکستن اشیاء، نوشیدن الکل و مصرف مواد مخدر مثال‌هایی از این گونه فعالیت‌ها هستند (سرانی^{۲۲}، ۲۰۱۰).

¹¹ Pines

¹² Markowitz

¹³ Tsapelas

¹⁴ Patry

¹⁵ Johanson

¹⁶ Alexithymia

¹⁷ Lumineta

¹⁸ Scarpazza

¹⁹ van der Velde

²⁰ Lee

²¹ Ricciardi

²² Serani

کاکس، هس و کالین (۲۰۱۳)، پژوهشی را با هدف بررسی ناگویی خلقی و کیفیت زندگی زناشویی با توجه به نقش میانجی احساس تنهایی و ارتباط صمیمی انجام دادند. نتایج نشان داد که احساس تنهایی و ارتباط صمیمی بطور کامل دارای نقش میانجی بین ناگویی خلقی و کیفیت زندگی زناشویی می‌باشد. بطور خاص‌تر، ناگویی خلقی بالا با احساس تنهایی بیشتر همراه بود که روابط صمیمی پایین‌تر را پیش‌بینی می‌کرد و با کیفیت زناشویی پایین‌تر همراه بود. یاقوتیان (۱۳۹۴) پژوهشی را با هدف پیش‌بینی دلزدگی زناشویی از روی متغیرهای ناگویی هیجانی و باورهای ارتباطی انجام داد. نمونه پژوهش شامل ۳۰۶ معلم شهر مشهد بودند یافته‌ها نشان داد متغیرهای باورهای ارتباطی و ناگویی هیجانی، پیش‌بینی کننده معنادار دلزدگی زناشویی است و ۲۸ درصد از واریانس دلزدگی زناشویی را تبیین می‌کند. همچنین مؤلفه‌های توقع ذهن‌خوانی، دشواری در شناسایی احساسات و کمال‌گرایی جنسی به ترتیب قادر به پیش‌بینی معنادار دلزدگی زناشویی بودند.

یکی دیگر از متغیره که بر روی روابط زناشویی و دلزدگی زناشویی می‌تواند تاثیرگذار باشد، باورهای ارتباطی^{۲۳} است. ارتباط زناشویی می‌تواند دست مایه شادی یا منبع بزرگ رنج و تألم باشد. ارتباط، به زن و شوهر این امکان را می‌دهد که با یکدیگر به بحث و تبادل نظر بپردازند و مشکلاتشان را حل کنند. زوج‌هایی که نتوانند با یکدیگر ارتباط برقرار کنند در یک وضعیت نامشخص قرار می‌گیرند (یانگ، ۱۹۹۸ به نقل از عطاردی و همکاران، ۱۳۸۸). به عقیده اپستین (۱۹۸۶) نافذترین و پایدارترین متغیرهای شناختی که در ناراحتی زناشویی نهفته می‌باشند، باورهای افراطی درباره خود شخص، شریک زندگی و ماهیت تعاملات زناشویی است. سایر صاحب نظران نیز نشان دادند که متکی شدن به ضوابط یا باورهای غیرواقعی از طرف یکی یا هر دو شریک زندگی احتمالاً ناراحتی و نارضایتی از زناشویی را موجب می‌شود (سیف بهاری، ۱۳۸۳ به نقل از سیف و اسلامی، ۱۳۸۷). بی تردید بسیاری از مشکلات روانی ریشه در باورها و افکار غیرمنطقی و غیرواقعی در مورد خود، دیگران و جهان پیرامون دارد. این باورها دارای هدف‌ها یا خواسته‌هایی هستند که به شکل اولویت‌ها و ترجیح‌هایی ضروری نمود پیدا می‌کنند و در صورت برآورده نشدن، موجب آشفتگی می‌شوند. باورهای ارتباطی از عواملی است که می‌تواند اثربخشی یک ارتباط را تضعیف کند و موجب عدم درک درست پیام فرستاده شده یا به عبارتی رمزگشایی صحیح آن شود. هنگام بحث و گفتگو، زوج‌های آشفته بیشتر عجله و انتقاد می‌کنند و می‌خواهند یکدیگر را تغییر دهند. همچنین مدام به هم گوش نمی‌دهند و از بحث در مورد مشکلات طفره می‌روند. از شایع‌ترین مشکلات زوج‌های ناراضی، عدم موفقیت در برقراری رابطه منطقی است (یانگ و لانگ، ۱۹۹۸ به نقل از مشتاقی و همکاران، ۱۳۹۲). جاکوبسن، والدسون و مور (۱۹۸۰) بر نقش ارتباط منطقی در جلوگیری از بروز دلزدگی زناشویی تاکید می‌کنند و شایع‌ترین مشکلی را که زوج‌های ناراضی مطرح می‌کنند، عدم موفقیت در برقراری رابطه منطقی دانسته‌اند. چنانچه اگر همسران نیازهای خود را مطرح نکنند و یا در ارتباط با یکدیگر به نیازهای هم پی نبرند و به راه حل مثبتی جهت دستیابی به نیازهایشان نرسند، استرس، ناکامی، سرخوردگی، خشم و نهایتاً دلزدگی بروز پیدا می‌کند (نقل از میر احمدی، ۱۳۸۹). از جمله پژوهش‌هایی که به بررسی باورهای ارتباطی و رابطه آن با متغیرهای دیگر پرداخته‌اند می‌توان به پیش‌بینی رضایت زناشویی همسران براساس باورهای ارتباطی و مهارت‌های ارتباطی (اسماعیل پور، خواجه و مهدوی، ۱۳۹۲)، کارکردهای جنسی و تعارض زناشویی (اسدی و همکاران، ۱۳۹۲)، رضایت مندی و صمیمیت زناشویی (شهرستانی و همکاران، ۱۳۹۱)، سازگاری زناشویی (عربیان، ۱۳۸۹)، کارکرد خانواده و سازگاری زناشویی (سیف و اسلامی، ۱۳۸۷)، احساسات مثبت نسبت به همسر (حیدری و همکاران، ۱۳۸۴) اشاره کرد. لذا با توجه به اهمیت موضوع خانواده و عوامل تاثیرگذار در حفظ و

²³ Relationship Beliefs

تداوم آن، در پژوهش حاضر در پی پاسخ به این سؤال است که آیا بین باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشت شهرستان ورامین رابطه وجود دارد؟

روش

پژوهش حاضر با توجه به نوع و آرایش متغیرها و اهداف مورد نظر در قالب پژوهش توصیفی همبستگی پی ریزی شد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز بهداشتی - درمانی شهرستان ورامین تشکیل دادند. نمونه آماری طبق جدول مورگان تعداد ۱۰۰ نفر از زنان متأهل که به مراکز بهداشتی - درمانی شهرستان ورامین مراجعه و خدمات روانشناسی دریافت می کردند، به عنوان نمونه آماری این پژوهش انتخاب شدند که با توجه به مخدوش بودن ۱۵ پرسشنامه، حجم نهایی نمونه پژوهش به ۸۵ نفر تقلیل یافت. جهت جمع آوری داده‌ها از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شد.

ابزار

مقیاس دلزدگی زناشویی پاینز (CBM): مقیاس دلزدگی زناشویی یک ابزار خودسنجی است که توسط پاینز (۱۹۹۶) با هدف اندازه گیری درجه دلزدگی زناشویی در بین زوجین ساخته شد. این پرسشنامه شامل ۲۱ ماده است که ۱۷ ماده آن شامل عبارتهای منفی مانند خستگی، ناراحتی و بی ارزش بودن و ۴ ماده آن شامل عبارات مثبت مانند خوشحال بودن و پرانرژی بودن است. نمره گذاری این مقیاس در یک مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت در دامنه‌ای بین (۱= هرگز) تا (۷= همیشه) می باشد که آزمودنی تعداد دفعات اتفاق افتاده موارد مطرح شده در رابطه زناشویی خود را مشخص می سازد. نمره گذاری ۴ ماده نیز به صورت معکوس انجام می شود و نمره بالاتر آزمودنی در این مقیاس نشانه دلزدگی بیشتر می باشد. در این مقیاس، نمرات بالاتر نشان دهنده دلزدگی بیشتر است و حد بالای نمره، ۱۴۷ و حد پایین نمره، ۲۱ می باشد. برای تفسیر نمره‌ها باید آنها را تبدیل به درجه کرد که این عمل از طریق تقسیم نمودن نمره حاصل شده از پرسش نامه بر تعداد سؤالات (۲۱ سؤال) به دست می آید. در تفسیر نمره‌ها، درجه بیش از ۵، نشانگر لزوم کمک فوری، درجه ۵ نشان دهنده وجود بحران، درجه ۴ نمایانگر حالت دلزدگی، درجه ۳ نشان دهنده خطر دلزدگی و درجه ۲ و کمتر از آن نیز نشان دهنده وجود رابطه خوب است (پاینز، ۱۹۹۶ به نقل از نادری و همکاران، ۱۳۸۸). نویدی (۱۳۸۴) ضریب پایایی این پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ در مورد ۲۴۰ نمونه ۰/۸۶ و ضریب پایایی به روش باز آزمایی را در فواصل یک، دو و چهارماه ۰/۸۹، ۰/۷۶ و ۰/۶۶ گزارش کرده است. ضریب پایایی این آزمون در پژوهش عطاردی و همکاران (۱۳۸۸) با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد (پاینز، ۱۹۹۶ به نقل از نادری و همکاران، ۱۳۸۸).

مقیاس باورهای ارتباطی (RBI): ایدلسون و اپشتاین (۱۹۸۲)، این مقیاس را به منظور اندازه گیری باورهای ارتباطی در زندگی زناشویی ساختند و مظاهری و پوراعتقاد (۱۳۸۲) آن را به فارسی برگرداندند. پرسشنامه حاوی ۴۰ سؤال و دارای ۵ خرده مقیاس است که پنج باور ارتباطی ناکارآمد (سه مفروضه و دو معیار) را می سنجد که عبارت‌اند از: باور به «تخریب کنندگی مخالفت» (مفروضه)، «توقع ذهن خوانی» (استاندارد)، باور به «تغییر ناپذیری همسر» (مفروضه)، «کمال گرایی جنسی» (معیار)، و باور در مورد «تفاوت‌های جنسیتی» (مفروضه). این پرسشنامه در طیف لیکرت به صورت دامنه‌ای از ۱ = کاملاً غلط تا ۵ = کاملاً درست پاسخ داده می شود. با جمع زدن نمرات مربوط به عبارات هر خرده مقیاس، نمره آن خرده مقیاس و با جمع کردن نمرات ۵ خرده مقیاس، نمره کل باورهای ارتباطی محاسبه می شود. در این مقیاس نمره بالاتر نشان دهنده باورهای ارتباطی غیرمنطقی تر است.

همچنین همسانی درونی این مقیاس در پژوهش‌های متفاوت بررسی شده است. ایدلسون و اپشتاین (۱۹۸۲) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه را از ۰/۷۲ تا ۰/۸۱ گزارش کرده‌اند. پایایی این پرسشنامه با روش آزمون-آزمون مجدد ۰/۸۱ به دست آمده است، همچنین ضریب آلفا خرده مقیاس تخریب کنندگی مخالفت ۰/۸۵، توقع ذهن خوانی ۰/۷۶، تغییر ناپذیری همسر ۰/۷۲، کمال گرایی

جنسی ۰/۶۳ و تفاوت‌های جنسیتی ۰/۵۶ برآورد شد (شایسته و همکاران، ۱۳۸۵ به نقل از مشتاقی و همکاران، ۱۳۹۲). در پژوهش حیدری و همکاران (۱۳۸۱) همسانی درونی خرده مقیاس‌ها ۰/۴۷ تا ۰/۷۰ گزارش شده است. در پژوهش مشتاقی و همکاران (۱۳۹۲) رویای سازه ۰/۷۳ و آلفای کرونباخ ۰/۸۵ بوده است (مشتاقی و همکاران، ۱۳۹۲).

پرسشنامه ناگویی خلقی تورنتو (TAS-20): این پرسشنامه توسط باگی، تیلور و پارکر در سال ۱۹۹۴ ساخته شد. پرسشنامه ناگویی خلقی تورنتو یک پرسشنامه خودسنجی و ۲۰ سوالی است که سه بعد دشواری در شناسایی احساس‌ها (۷ سؤال)، دشواری در توصیف احساس‌ها (۵ سؤال)، و تفکر برون مدار (۸ سؤال) را در اندازه‌های ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ (کاملاً مخالف)، تا نمره ۵ (کاملاً موافق) می‌سنجد (تقوی و همکاران، ۱۳۹۲). در نمره گذاری این مقیاس، مدستین، فیرر و مالتی نمرات ۶۰ به بالا را به عنوان ناگویی خلقی و نمرات ۵۲ به پایین را به عنوان غیرناگویی خلقی در نظر گرفته‌اند. مولر، آلپرز، ریم و ساب نیز نمرات ۶۰ به بالا را به عنوان ناگویی خلقی بالا و نمرات ۵۲ به پایین را به عنوان ناگویی خلقی پایین در نظر گرفته‌اند (نریمانی و پوراسمعی، ۱۳۹۲). تیلور و همکاران (۱۹۹۶؛ ۱۹۹۷) آلفای کرونباخ این پرسشنامه را ۰/۸۱ و اعتبار آزمون - باز آزمون آن را با فاصله ۳ هفته برابر با ۰/۷۷ گزارش کردند. در نسخه فارسی مقیاس ناگویی خلقی تورنتو، ضریب الفای کرونباخ برای ناگویی خلقی کل و ۳ زیر مقیاس دشواری در شناسایی احساس‌ها، دشواری در توصیف احساس‌ها و تفکر عینی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۷۵ و ۰/۷۲ محاسبه شد که نشانه همسانی درونی بالای این مقیاس است. پایایی بازآزمایی مقیاس تورنتو در یک نمونه ۶۷ نفری از دانشجویان مقطع کارشناسی در دو نوبت با فاصله ۴ هفته از ۰/۸۰ تا ۰/۸۷ برای ناگویی خلقی و زیر مقیاس‌های مختلف آن به دست آمد (تقوی و همکاران، ۱۳۹۲).

یافته‌ها

جدول ۱- شاخص‌های آماری متغیرهای پژوهش

شاخص‌ها	میانگین	انحراف معیار
باور به مخرب بودن مخالفت	۲۱ / ۵۳	۶ / ۳۶
توقع ذهن خوانی	۱۷ / ۲۶	۴ / ۸۵
باور به عدم تغییر پذیری همسر	۲۶ / ۱۱	۴ / ۰۳
کمال گرایی جنسی	۲۰ / ۷۸	۴ / ۶۰
باور در مورد تفاوت‌های جنسیتی	۱۷ / ۶۸	۴ / ۵۶
شناسایی احساسات	۲۰ / ۸۶	۶ / ۲۴
توصیف احساسات	۱۶ / ۱۶	۳ / ۶۹
تفکر برون مدار	۲۸ / ۰۰	۴ / ۱۹
ناگویی خلقی	۶۵ / ۰۲	۱۰ / ۷۹
دلزدگی زناشویی	۶۲ / ۱۴	۲۰ / ۳۷

همانطور که بالا جدول نشان می‌دهد، شاخص‌های آماری متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد که میانگین خرده مقیاس باور به مخرب بودن مخالفت برابر با ۲۱/۵۳، خرده مقیاس توقع ذهن خوانی برابر با ۱۷/۲۶، باور به عدم تغییر پذیری همسر برابر با ۲۶/۱۱، کمال گرایی جنسی برابر با ۲۰/۷۸، باور در مورد تفاوت‌های جنسیتی برابر با ۱۷/۶۸، شناسایی احساسات برابر با ۲۰/۸۶، توصیف احساسات برابر با ۱۶/۱۶، تفکر برون مدار برابر با ۲۸/۰۰، ناگویی خلقی برابر با ۶۵/۰۲، دلزدگی زناشویی برابر با ۶۲/۱۴ می‌باشد.

جدول ۲- بررسی نرمالیتی متغیرهای پژوهش

متغیرها	آزمون کلموگروف - اسمیرنوف		آماره	درجه آزادی	سطح معنی داری	چولگی	کشدگی
	آماره	درجه آزادی					
باورهای ارتباطی	۰ / ۰۷۷	۸۵	۰ / ۲۰۰	۰ / ۱۱۳	۰ / ۳۶۵		
ناگویی خلقی	۰ / ۰۷۱	۸۵	۰ / ۲۰۰	۰ / ۱۷۴	۰ / ۲۸۴		
دلزدگی زناشویی	۰ / ۰۹۱	۸۵	۰ / ۰۷۹	۰ / ۷۵۴	۰ / ۶۰۳		

جدول بالا نتایج مربوط به آزمون کلموگروف - اسمیرنوف را نشان می‌دهد. همان طور که در جدول مشاهده می‌شود سطح معنی داری هر سه متغیر بزرگتر از ۰/۰۵ می‌باشد که مبین نرمال بودن توزیع متغیرها می‌باشد. علاوه بر آزمون کلموگروف - اسمیرنوف،

وضعیت چولگی و کشیدگی متغیرها نیز شاخص معتبری برای ارزیابی نرمال بودن توزیع متغیرها می‌باشد. در یک توزیع نرمال انتظار می‌رود آماره‌های مربوط به چولگی و کشیدگی بین ۱- و ۱+ قرار داشته باشند. همان‌طور که در جدول ملاحظه می‌گردد، مقدار چولگی و کشیدگی هر سه متغیر مورد بررسی در این پژوهش در دامنه ۱- و ۱+ قرار دارند و بنابراین توزیع متغیرها نرمال می‌باشد. در بخش آمار استنباطی با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیری فرضیه‌های پژوهش مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته است. فرضیه‌های پژوهش که در این فصل مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفته، در ادامه ذکر شده است:

جدول ۳- ماتریس همبستگی مربوط به رابطه بین باورهای ارتباطی و دلزدگی زناشویی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶
مخرب بودن مخالفت	۱					
توقع ذهن خوانی	۰/۲۱	۱				
باور به عدم تغییر پذیری همسر	۰/۲۵*	۰/۱۷	۱			
کمال گرایی جنسی	۰/۱۴	۰/۰۷	۰/۱۸	۱		
باور در مورد تفاوت‌های جنسیتی	۰/۲۱	۰/۰۲	۰/۰۲	-۰/۱۳	۱	
دلزدگی زناشویی	۰/۳۳**	۰/۰۶	۰/۲۵*	۰/۰۹	۰/۲۰*	۱

فرض نخست - بین باورهای ارتباطی با دلزدگی زناشویی زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشت رابطه وجود دارد.

جدول بالا رابطه بین باورهای ارتباطی با دلزدگی زناشویی زنان متأهل را نشان می‌دهد. همان‌طور که در جدول مشاهده می‌شود، براساس نتایج حاصل از آزمون همبستگی پیرسون، بین متغیر دلزدگی زناشویی و خرده مقیاس مخرب بودن مخالفت ($r=0/33$)، باور به عدم تغییر پذیری همسر ($r=0/25$) و باور در مورد تفاوت‌های جنسیتی ($r=0/20$) رابطه مثبت معنی دار وجود دارد. بنابراین با توجه به نتایج فرضیه اول تأیید می‌شود.

جدول ۴- ماتریس همبستگی مربوط به رابطه بین ناگویی خلقی و دلزدگی زناشویی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
مشکل در شناسایی احساسات	۱				
مشکل در توصیف احساسات	۰/۵۰**	۱			
تفکر برون مدار	۰/۲۶*	۰/۳۲**	۱		
ناگویی خلقی	۰/۸۵**	۰/۷۶**	۰/۶۴**	۱	
دلزدگی زناشویی	۰/۴۱**	۰/۲۸*	-۰/۰۵	۰/۳۱**	۱

فرض دوم - بین ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشت رابطه وجود دارد.
جدول بالا رابطه بین ناگویی خلقی و ابعاد آن با دلزدگی زناشویی زنان متأهل را نشان می‌دهد. همان‌طور که در جدول بالا مشاهده می‌شود، بین متغیر دلزدگی زناشویی و خرده مقیاس مشکل در شناسایی احساسات ($r=0/41$)، مشکل در توصیف احساسات ($r=0/28$) و نمره کلی ناگویی خلقی ($r=0/31$) رابطه مثبت معنی دار وجود دارد. بنابراین با توجه به نتایج فرضیه دوم تأیید می‌شود.

جدول ۵- جدول ماتریس همبستگی مربوط به رابطه بین باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶
مخرب بودن مخالفت	۱					
توقع ذهن خوانی	۰/۲۱	۱				
باور به عدم تغییر پذیری همسر	۰/۲۵*	۰/۱۷	۱			
کمال گرایی جنسی	۰/۱۴	۰/۰۷	۰/۱۸	۱		
باور در مورد تفاوت‌های جنسیتی	۰/۲۱	۰/۰۲	۰/۰۲	-۰/۱۳	۱	
ناگویی خلقی	۰/۰۷	۰/۲۵*	۰/۰۲	۰/۱۱	۰/۱۹*	۱

فرض سوم- بین باورهای ارتباطی با ناگویی خلقی زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشت رابطه وجود دارد. جدول بالا رابطه بین باورهای ارتباطی با دلزدگی زناشویی زنان متأهل را نشان می‌دهد. همانطور که در جدول بالا مشاهده می‌شود بین متغیر ناگویی خلقی و خرده مقیاس توقع ذهن خوانی ($r=0/25$) و باور در مورد تفاوت‌های جنسیتی ($r=0/19$) رابطه مثبت معنی دار وجود دارد. بنابراین با توجه به نتایج فرضیه سوم تأیید می‌شود.

به منظور بررسی دقیق‌تر رابطه بین متغیرها و نیز تشخیص سهم هر یک از متغیرهای پیش بین (باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی) در تبیین متغیر ملاک (دلزدگی زناشویی) از رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده شده است که نتایج آن در جداول ۶ تا ۱۰ قابل مشاهده است:

جدول ۶- خلاصه ضریب همبستگی باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی

R ضریب همبستگی	R^2 مجذور ضریب همبستگی	ضریب تعدیل شده	خطای استاندارد برآورد
۰/۵۶۱	۰/۳۱۵	۰/۲۴۳	۱۷/۷۳

فرض چهارم- بین باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشت رابطه وجود دارد.

نتیجه جدول بالا نشان می‌دهد که ضریب همبستگی بین باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان متأهل برابر با ۵۶/۰ می‌باشد و این متغیرها در مجموع ۵/۳۱ درصد از واریانس متغیر دلزدگی زناشویی را پیش‌بینی و تبیین می‌کنند.

جدول ۷- خلاصه تحلیل رگرسیون برای ارتباط باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
۱- اثر رگرسیون	۱۰۹۷۸/۵۷	۸	۱۳۷۲/۳۲	۴/۳۷	۰/۰۰۱
اثر باقی مانده	۲۳۸۸۱/۷۴	۷۶	۳۱۴/۲۳		
جمع	۳۴۸۶۰/۳۱	۸۴			

همانطور که در جدول بالا مشاهده می‌شود ارتباط باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان متأهل معنی دار است و مدل از نظر آماری معنی دار است. بنابراین باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی، دلزدگی زناشویی را پیش‌بینی می‌کنند.

جدول ۸- ضرایب تحلیل رگرسیون تأثیر باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی بر دلزدگی زناشویی زنان متأهل

مؤلفه‌ها	ضرایب معیار نشده	ضرایب معیار شده	نسبت t	سطح معنی داری	VIF	tolerance
مقدار ثابت	۶۳/۶۴	-	۲/۶۴	۰/۰۱۰		
مخرب بودن مخالفت	-۰/۵۹	۰/۳۴۵	-۱/۶۹۷	۰/۷۷۷	۱/۲۹	۰/۷۷۷
ذهن خوانی	۰/۳۸	۰/۴۲۷	۰/۸۸۵	۰/۳۷۹	۱/۱۵	۰/۸۷۳
عدم تغییر پذیری همسر	-۰/۹۸	۰/۵۲۱	-۱/۸۷۴	۰/۰۳۷	۱/۱۸	۰/۸۴۹
کمال گرایی جنسی	۰/۷۲	۰/۴۷۹	۱/۵۰۱	۰/۱۳۸	۱/۳۰	۰/۷۶۹
تفاوت‌های جنسیتی	-۰/۳۳	۰/۴۴۶	-۰/۷۳۸	۰/۴۶۳	۱/۱۱	۰/۹۰۳
مشکل در توصیف احساسات	۰/۵۴	۰/۹۵۱	۰/۵۶۵	۰/۵۷۴	۳/۲۹	۰/۳۰۴
تفکر برون مدار	-۱/۵۴	۰/۶۹۲	-۲/۲۲۶	۰/۰۲۹	۲/۲۵	۰/۴۴۴
ناگویی خلقی	۰/۸۵	۰/۳۹۹	۲/۱۳۳	۰/۰۳۶	۴/۹۶	۰/۲۰۲

جدول شماره بالا متغیرهایی که وارد تحلیل رگرسیون شده‌اند را نشان می‌دهد. با توجه به جدول، متغیر ناگویی خلقی اولین متغیر پیش بین دلزدگی زناشویی ($\beta=0/451, p<0/001$)، خرده مقیاس تفکر برون مدار دومین متغیر پیش بین ($\beta=0/317, p<0/001$)، خرده مقیاس باور به عدم تغییر پذیری همسر سومین متغیر پیش بین دلزدگی زناشویی ($\beta=0/193, p<0/001$) و باور به

مخرب بودن مخالفت چهارمین متغیر پیش بین ($\beta=0/183, p<0/001$) می‌باشند. بنابراین با توجه به نتایج فرضیه چهارم پژوهش تأیید می‌شود. همچنین شاخصهای هم خطی چندگانه نیز در tolerance بیشتر از $0/2$ و در VIF کمتر از 10 می‌باشد. با توجه به این شاخص‌ها مفروضه هم خطی رعایت شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل همبستگی نشان داد که بین باورهای ارتباطی با دلزدگی زناشویی زنان مراجعه‌کننده به مراکز بهداشت رابطه وجود دارد. براساس یافته‌ها بین باور تخریب‌کنندگی مخالفت، باور عدم تغییر‌پذیری همسر و باور تفاوت‌های جنسیتی با دلزدگی زناشویی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. لذا براساس یافته‌های بدست آمده از پژوهش حاضر، پاسخ فرضیه اول مثبت است. نتایج حاصل از پژوهش حاضر با یافته‌های پاموک و دورموس (۲۰۱۵)، اسلاوینسکین و زاردکیت - ماچولیتین (۲۰۱۲)، پاینز و همکاران (۲۰۱۱)، بیکر (۲۰۰۹)، واندنر (۲۰۰۹)، استاکرت و بوریسیک (۲۰۰۳)، مولر و وانزیل (۱۹۹۱)، یاقوتیان (۱۳۹۴)، کیش بافان (۱۳۹۳)، خدابخشی (۱۳۹۲)، شهرستانی و همکاران (۱۳۹۱)، عربیان (۱۳۸۹)، آذریان (۱۳۸۸) همسو می‌باشد. در دلایل این نتایج می‌توان گفت که باورهای تخریب‌کنندگی مخالفت، باور عدم تغییر‌پذیری همسر و باور تفاوت‌های جنسیتی با دلزدگی زناشویی رابطه معنادار داشت. همچنین نتایج نشان داد که بین ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان مراجعه‌کننده به مراکز بهداشت رابطه وجود دارد. براساس یافته‌ها بین متغیر دلزدگی زناشویی و خرده‌مقیاس مشکل‌درشناسایی احساسات، مشکل در توصیف احساسات و نمره کلی ناگویی خلقی رابطه مثبت معنی دار وجود دارد. لذا براساس یافته‌های بدست آمده از پژوهش حاضر، پاسخ فرضیه دوم مثبت است. نتایج حاصل از پژوهش حاضر با یافته‌های کاکس، هس و کالین (۲۰۱۳)، بیکر (۲۰۰۹)، اسپیتزر و همکاران (۲۰۰۵)، یاقوتیان (۱۳۹۴)، کیان فرد، نادری نویندگانی و جعفریان (۱۳۹۳)، نریمانی و پوراسمعیلی (۱۳۹۳)، گرمی، مؤمنی و زکی یی (۱۳۹۲)، نوری ثمرین و نرگسی (۱۳۹۲)، امانی (۱۳۹۱)، شبیه‌خوانی (۱۳۹۰)، ادیب راد (۱۳۸۵) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان به این نکته اشاره نمود که افراد دارای ناتوانی تشخیص، شناسایی و ابراز هیجانات، قادر به ایجاد و حفظ روابط مفید و مؤثر با دیگران نیستند و در نتیجه کاهش تعامل اجتماعی و عدم رضایت از کیفیت و کمیت روابط، بخصوص روابط زناشویی را تجربه می‌کنند. در واقع یکی از مهم‌ترین مهارت‌های مورد نیاز زندگی هر فرد توانایی آگاهی از هیجانات خود است. این توانایی‌ها به فرد کمک می‌کند تا به توانایی‌ها و ضعف‌ها و سایر خصوصیات خود آشنا شده و با آگاهی عمیق از خود و دیگران وارد مراحل مختلف زندگی شود (موتنا و جنگوز، ۲۰۰۷). افراد دارای ناگویی خلقی در بازشناسی و توصیف علائم هیجان‌های شخصی و به هم پیوستگی احساساتشان مشکل جدی دارند و این امر بازخوردها، احساسات، تمایلات و سائق‌های آنها را محدود می‌سازد. مطالعات نشان داده‌اند که همسران ناسازگار در شناسایی هیجان‌های خاص تجربه شده همسرشان، به هنگام بروز تعارض، با مشکلات ویژه‌ای مواجه‌اند. یافته‌ها بر این فرض‌اند که ادراک هیجانی اشتباه ممکن است به طور مستقیم موجب تعارض و بروز دلزدگی زناشویی شود و زوج‌های دارای توانایی ادراک هیجانی بالا ازدواجی شادتر دارند. در واقع، چنین تفاوت‌هایی در توانایی هیجانی به طور پایا با موضوعاتی که ممکن است به عنوان پیامد انطباقی و مطلوب زندگی محسوب شود یعنی رضامندی و ثبات زناشویی، رابطه دارند. ازدواج، فی‌نفسه یک زمینه غنی از هیجان است و شادکامی و رضایتمندی زناشویی با توانایی شناسایی، فهم و ادراک صحیح هیجان‌ها در خود و دیگران مرتبط است (صادقی، ۱۳۸۰ به نقل از امانی، ۱۳۹۱).

همچنین نتایج نشان داد که بین باورهای ارتباطی با ناگویی خلقی زنان مراجعه‌کننده به مراکز بهداشت رابطه وجود دارد. براساس یافته‌ها بین متغیر ناگویی خلقی و خرده‌مقیاس توقع ذهن خوانی و باور در مورد تفاوت‌های جنسیتی رابطه مثبت معنی دار وجود دارد. لذا براساس یافته‌های بدست آمده از پژوهش حاضر، پاسخ فرضیه سوم مثبت است. نتایج حاصل از پژوهش حاضر با یافته‌های کاکس،

هس و کالین (۲۰۱۳)، اسپیتزر و همکاران (۲۰۰۵)، یاقوتیان (۱۳۹۴) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته، همان‌گونه که قبلاً اشاره شد، نداشتن درک درست از تفاوت‌های شناختی، داشتن انتظار یکسان از هر دو جنس، اصل دانستن دلایل سرشتی و مادرزادی در ایجاد رفتارها و گرایش‌ها، موجب انتظارات غیرواقع بینانه و از بین رفتن امید به بهبود و تغییر دیگری می‌شود. چرا که هر کدام انتظار دارند که همسرشان در موقعیت‌های مختلف همانند دیگری عمل کند، بدون توجه به اینکه زنان و مردان شیوه‌های ارتباطی متفاوتی دارند. زن‌ها به صحبت کردن و مشورت علاقه مندند در حالی که مردها ترجیح می‌دهند که زنها به جای درد دل کردن مشکلات خود را صریح بیان کنند و راه حل بخواهند (بک، ۱۳۸۰ به نقل از حیدری و همکاران، ۱۳۸۴). زن‌ها از اینکه شوهرانشان با آنها درد دل کنند و از اسرارشان حرف بزنند لذت می‌برند و برعکس از لب فرو بستن شوهر و از عدم ابراز احساسات او ناراحت می‌شوند. در چنین شرایطی عدم توجه به تفاوت‌های جنسی و رفتاری منجر به ایجاد احساسات منفی در زن می‌شود که به نوبه خود می‌تواند رفتار وی نسبت به همسرش را تحت تأثیر قرار دهد (حیدری و همکاران، ۱۳۸۴). توقع ذهن خوانی یکی دیگر از رایج‌ترین باورهای ناکارآمد روابط زناشویی است. به اعتقاد بک، همسران در روابط ناموفق زناشویی، بی‌آنکه برای مشکلات خود دلایل محکمی داشته باشند، براساس نتیجه شتابزده، برخی از انگیزه‌های منفی و بد خواهانه را با ویژگی‌های شخصیتی همسر خود زمینه ساز اصلی گرفتاری و ناخشنودی قلمداد می‌کنند. در واقع آنها دست به ذهن خوانی و پیشگویی می‌زنند تا از این طریق بتوانند علتی برای افکار و احساس‌های ناخوشایند خود فراهم آورند (به نقل از مشتاقی و همکاران، ۱۳۹۱). به نظر برخی از محققین شکل‌گیری این باور به این دلیل است که زن و شوهر به علت وابستگی عمیقشان به یکدیگر و باورهایی که نسبت به نقش‌های زن و شوهری دارند معتقدند که همسرشان باید قادر باشد نیازهای او را درک کند و در واقع باید بتواند ذهن خوانی کند. به این ترتیب هر روز بر فهرست بلند بالای احساسات، نیازها و نگرانی‌های فرد که مدت‌ها راجع به آن حرفی نزده و فکر می‌کند همسرش باید آنها را بداند، اضافه می‌شود و در صورت برآورده نشدن آنها فرد همسر خود را به بی‌تفاوتی محکوم کرده، در نتیجه رابطه زناشویی رفته رفته رو به سردی و نارضایتی می‌گذارد. گاتمن و کروکوف (۱۹۹۳) نیز اعتقاد دارند زوج‌های آشفته هنگام گفتگو، با توجه با تأکید بر ذهن خوانی و پیشگویی موافقت و مخالفت همسر، همواره از هم شکایت می‌کنند بی‌آنکه بدانند واقعاً در ذهن و فکر یکدیگر چه می‌گذرد (شهرستانی و همکاران، ۱۳۹۱). وجود چنین باورهای ناکارآمدی در روابط زوجین می‌تواند موجب کاهش ابراز هیجانات، احساس خشم و شکست و تجربه تنش در روابط زناشویی شود. چنانچه فرد قادر به تخلیه هیجان‌های منفی و هیجان ناشی از تنش‌ها نشود و نتواند احساسات منفی خود را به صورت کلامی بیان کند، جزء روان‌شناختی سیستم‌های ابراز هیجان و پریشانی روانی از جمله افسردگی و اضطراب افزایش می‌یابد و ترکیب عوامل روانشناختی مانند عدم درک از سوی همسر و عوامل جسمی روز به روز موجب فاصله بیشتر زوجین از یکدیگر شود.

همچنین نتایج نشان داد که بین باورهای ارتباطی و ناگویی خلقی با دلزدگی زناشویی زنان مراجعه کننده به مراکز بهداشت رابطه وجود دارد. براساس یافته‌ها متغیر ناگویی خلقی اولین متغیر پیش بین دلزدگی زناشویی، خرده مقیاس تفکر برون مدار دومین متغیر پیش بین، خرده مقیاس باور به عدم تغییر پذیری همسر سومین متغیر پیش بین و باور به مخرب بودن مخالفت چهارمین متغیر پیش بین دلزدگی زناشویی می‌باشند. لذا براساس یافته‌های بدست آمده از پژوهش حاضر، پاسخ فرضیه چهارم مثبت است. نتایج حاصل از پژوهش حاضر با یافته‌های اسلاوینسکین و زاردکیت - ماچولیتین (۲۰۱۲)، واندر (۲۰۰۹)، مولر و واتزیل (۱۹۹۱)، یاقوتیان (۱۳۹۴)، امانی (۱۳۹۱)، شبیه خوانی (۱۳۹۰)، حیدری، مطاهری و پوراعتماد (۱۳۸۴) همسو و با نتایج پژوهش خدابخشی (۱۳۹۲) ناهمسو می‌باشد. در دلایل این نتایج می‌توان گفت که، بی‌تردید بسیاری از مشکلات روانی ریشه در باورها و افکار غیرمنطقی و غیرواقعی

در مورد خود، دیگران و جهان پیرامون دارد. این باورها دارای هدف‌ها یا خواسته‌هایی هستند که به شکل اولویت‌ها و ترجیح‌هایی ضروری نمود پیدا می‌کنند و در صورت برآورده نشدن، موجب آشفتگی می‌شوند.

منابع

اسدی، ع؛ منصور، ل؛ خدابخشی کولایی، آ؛ فتح آبادی، ج. (۱۳۹۲). بررسی رابطه بین دلدزدگی زناشویی، باورهای بدکارکردی جنسی و احقاق جنسی در زنان دارای همسر مبتلا به دیابت و مقایسه آن با زنان دارای همسر غیرمبتلا، فصلنامه خانواده پژوهشی، سال نهم، شماره ۳۵، ۳۲۴-۳۱۱.

اسماعیل پور، خ؛ خواجه، و؛ مهدوی، ن. (۱۳۹۲). پیش‌بینی رضایت زناشویی همسران براساس باورهای ارتباطی و مهارت‌های ارتباطی، فصلنامه خانواده پژوهی، سال نهم، شماره ۳۳، صص ۴۴-۲۹.

ساداتی و همکاران (۱۳۹۳)، رابطه علی تمایز یافتگی، نوزرگرای و بخشندگی با دلدزدگی زناشویی با واسطه تعارض زناشویی، روانشناسی خانواده، ۱۳۹۳، دوره ۱، شماره ۲، ۵۵-۶۸.

سیف، س؛ اسلامی، م. (۱۳۸۷). نقش باورهای ارتباطی در کارکرد خانواده و سازگاری زناشویی، اندیشه‌های نوین تربیتی (دانشگاه علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه الزهراء)، دوره ۴، شماره ۱ و ۲، صص ۱۳۰-۹۹.

شهرستانی، م؛ دوستکام، م؛ رهباندار، ح؛ مشهدی، ع. (۱۳۹۱). پیش‌بینی رضایت مندی زناشویی از روی متغیرهای باورهای ارتباطی و صمیمیت زناشویی در زنان متقاضی طلاق و عادی شهر مشهد، فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ، سال چهارم، شماره چهاردهم، صص ۴۱-۱۹.

عربیان، ف. (۱۳۸۹). بررسی رابطه باورهای ارتباطی و سازگاری زناشویی در معلمان مقاطع راهنمایی و دبیرستان شهرستان آران و بیدگل در سال تحصیلی ۸۹-۸۸، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مددکاری اجتماعی، دانشگاه علوم پزشکی و توانبخشی.

عطاردی، ی. ع؛ حسین پور، م؛ راهنورد، س. (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی به شیوه برنامه ارتباطی زوجین بر کاهش دلدزدگی زناشویی در زوجین، فصلنامه اندیشه و رفتار، دوره ۴، شماره ۱۴، صص ۳۴-۲۵.

میر احمدی، ز. (۱۳۸۹). اثربخشی شناخت درمانی گروهی بر کاهش میزان دلدزدگی زناشویی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد مرودشت.

منصوری و همکاران (۱۳۹۳)، شیوع ناگویی خلقی و رابطه آن با متغیرهای جمعیت شناختی در میان دانشجویان، نشریه علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی البرز، دوره ۳، شماره ۳، تابستان ۱۳۹۳، صص ۱۳۳-۱۴۰.

مشتاقی، م؛ آتش پور، ح؛ آقایی، ا؛ علامه، ف. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش گروهی انسان‌گرایی بر باورهای ارتباطی مردان، دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، سال چهاردهم، شماره ۳، پیاپی ۵۳، صص ۴۲-۳۲.

یاقوتیان، م. (۱۳۹۴). پیش‌بینی دلدزدگی زناشویی از روی متغیرهای ناگویی هیجانی و باورهای ارتباطی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه بجنورد.

Frye-Cox, N. E., Hesse, C.R. (2013). Alexithymia and marital quality: The mediating roles of loneliness and intimate communication, *Journal of Family Psychology*, Vol 27(2), 203-211.

Edalati A, Redzuan M. Perception of women towards family values and their marital satisfaction. *Journal of American Science* 2010; 6(4): 132-137.

Taniguchi ST, Freeman PA, Taylor S, Malcarne B. Study of married couple's perceptions of marital satisfaction in outdoor recreation. *Journal of experimental education* 2006; 28(3): 253-254.

Mazzarantani, J. (2011). *The divorce survival guide: What you need to know to protect your emotional and financial security*. Miami: Jules Mazzarantani PLLC.

Pokorska, J., Farrell, A., Evanschitzky, H., & Pillai, K. (2013). Relationship fading in business-to-consumer context. In S. Sezgin, E. Karaosmanoglu, & A. B. Elmadag Bas (Eds.), *EMAC 2013: 42nd Annual European Marketing Academy conference: Lost in translation*. Istanbul: Turkey.

- Tsapelas I, Aron A, orbuch T. marital boredom now predicts less satisfaction, years later published in: psychological science. 2009; 20(5): 545-55.
- Patry S. Interpersonal psychotherapy in the treatment of depression. The Canadian Journal of CME. 2001; 13:31-45. Johanson S. The revolution in couple therapy. Journal of Marital and family Therapy. 2003; 29:348-365.
- Pines A. Adult attachment styles and their relationship to burnout: a preliminary and crosscultural investigation. Work and stress. 2004; 18(1):6680.
- Markowitz J. Developments in interpersonal psychotherapy. Canadian of psychiatry. 2009; 44: 556-61.
- Pines A, Nanws R. The relationship between career and couple burnout: implication for career and couple counseling. Journal Of employment counseling. 2009; 42: 50-64.
- Heshmati R. GHorbani N. Rostami R. Ahmadi M. Akhavand V. Comparative study of alexithymia in patient with psychotic disorders, on psychotic and normal people. Sci J hamadan uni Med sci health serv. 2010; 17(1):56-61.
- Lumineta O, Vermeulenb N, Demaretb C, Taylorc G J, Bagby MR. Alexithymia and level of processing: evidence for an overall deficit in remembering emotional words. J Res Personal. 2006.5(40): 713- 33.
- Scarpazza C, Di Pellegrino G, Lådavas E. Emotional modulation of touch in alexithymia. Emotion. 2014;14(3):602-10.
- van der Velde J, Gromann PM, Swart M, Wiersma D, de Haan L, Bruggeman R & et al. Alexithymia influences brain activation during emotion perception but not regulation. Soc Cogn Affect Neurosci. 2014; 10 (2): 285-93.
- Lee YJ, Yu Sh, Cho SJ, Cho IH, Koh SH, Kim SJ. Direct and indirect effects of the temperament and character on alexithymia: A pathway analysis with mood and anxiety. Compar Psychiatry. 2010; 51 (2): 201-6.
- Ricciardi L, Demartini B, Fotopoulou A, Edwards MJ. Alexithymia in neurological disease: A review. J Neuropsychiatry Clin Neurosci. 2015:1-9. <http://dx.doi.org/10.1176/appi.neuropsych.14070169>
- Serani D. What is "Alexithymia"? Available at: <http://rdeborahserani.blogspot.com>, Accessed in: Oct, 2010.